

# SURVEI KESEGARAN JASMANI MABA JALUR SNMPTN DAN PMB LOKAL DI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA

OLEH

**HARTONO HADJARATI**

## **Abstract**

Tes Kesegaran jasmani pada dasarnya adalah bagian dari upaya pembinaan, karena tolok ukur untuk tes yang dipergunakan merupakan perangkat lunak pembinaan. Tes kesegaran jasmani dipergunakan untuk mengetahui kualitas kesegaran jasmani orang yang di tes. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimental. Desain eksperimental yang digunakan adalah *Complete Randomized Factorial Design 2 x 1*. Subjek penelitian sebanyak 70 mahasiswa yang dibagi dalam 2 kelompok yang berbeda. Berdasar hasil analisis data dan pembahasan hasil penelitian, dapat diambil kesimpulan bahwa status kesegaran jasmani calon mahasiswa baru yang memilih jurusan pendidikan Kepeleatihan Olahraga, baik yang melalui jalur SNMPTN dan PMB Lokal tidak terdapat perbandingan yang signifikan antara kedua jalur tersebut, sehingga antara dua jalur seleksi penerimaan mahasiswa baru ini keduanya efektif dan tepat digunakan untuk penerimaan calon mahasiswa yang akan datang dengan tetap mengacu kepada aturan tes TKJI yang sudah ada

**Kata Kunci,** Survei, Kesegaran Jasmani, SMPTN, PMB Lokal

Proses pendidikan saat ini diharapkan pula tujuannyapun bersifat menggunakan media pembelajarannya yang mendidik. Dalam pelaksanaannya aktivitas melibatkan aktivitas jasmani, permainan jasmani dipakai sebagai wahana atau atau olahraga dalam rangka untuk pengalaman belajar dan melalui mencapai tujuan pendidikan. Menurut pengalaman itulah peserta didik tumbuh Lutan (2004) Pendidikan jasmani dan berkembang untuk mencapai tujuan merupakan proses pendidikan. Karena itu pendidikan. Dengan kata lain pendidikan

jasmani adalah proses ajar melalui yang baik maka kesegaran jasmani dari aktivitas jasmani dan sekaligus pula peserta didikpun akan baik ini.

sebagai proses ajar untuk menguasai Tapi kenyataaan saat ini ketika siswa sudah keterampilan jasmani. berada pada kelas XII (kelas III) yang mana

Tetapi saat ini disadari atau tidak, akhir- fokus belajar, sudah diarahkan kepada mata akhir inipendidikan jasmani tidak lagi pelajaran ujian Nasional (UN), dengan hal digunakan sebagai bagian dalam proses itu sudah mengabaikan hal-hal substansial pendidikan, karena para pendidik disekolah yakni kesegaran jasmani yang menunjang terjebak dalam hasil akhir penentuan tingkat kesehatan siswa itu sendiri oleh kelulusan. Pendidik (guru) terutama di karena kurangnya aktivitas siswa saat-saat sekolah Tingkat atas (SMA), para pendidik menghadapi ujian nasional secara berlahan (guru) sadar betul apa itu, pendidikan mengurangi kesegaran jasmani siswa itu jasmani yang merupakan salah satu upaya sendiri.

dalam meningkatkan aktifitas gerak siswa. Pendidikan jasmani sebagai salah satu Dimana Pendidikan jasmani menggunakan pelajaran yang memiliki berbagai kelebihan aktifitas jasmani berupa olahraga sebagai hendaknya memiliki status yang sama media untuk mencapai tujuan pendidikan di pentingnya dengan mata pelajaran lain sekolah. Olahraga dapat memberikan dalam perspektif orangtua, siswa, sekolah, dampak yang positif terhadap kesehatan dinas dan pemerintah pusat. peserta didik,dengan tingkat kesehatan Konsekuensinya adalah perhatian terhadap pelaksanaan mata pelajaran pendidikan

jasmani sama dengan mata pelajaran lain terutama pemenuhan kebutuhan kelancaran dan kualitas pembelajaran. Kesegaran jasmani memberikan kontribusi yang besar bagi pencapaian tujuan-tujuan pendidikan penting dalam pelaksanaan pendidikan pada umumnya”. Dua pendapat tersebut secara keseluruhan seperti tertuang dalam UU RI no 14 tahun 2005 tentang guru dan dosen pasal 45 ayat 1. Setiap satuan pendidikan formal dan nonformal menyediakan sarana dan prasarana yang memenuhi keperluan pendidikan sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan potensi fisik, kecerdasan intelektual, sosial, emosional, dan kejiwaan

Pendapat lain dikemukakan Sugiyanto dan Agus Kristiyanto (2000: 60) “pendidikan jasmani merupakan salah satu bagian yang penting untuk menunjang proses belajar mengajar secara keseluruhan. Anak yang memiliki tingkat kesegaran jasmani yang baik akan membantu penampilannya dalam meningkatkan produktivitas maupun prestasi belajarnya.

peserta didik. Dalam aktifitas pendidikan perlu ditunjang dengan kesegaran dan potensi fisik dari siswa. Menurut Rusli Lutan dan Adang Suherman (2000: 151) dalam upaya meningkatkan kesegaran jasmani. Menurut pendapat Mulyono “sumbangan penting dari aktivitas jasmani dalam pendidikan jasmani adalah tercapainya derajat kesegaran jasmani”. yaitu : 1) Kesegaran jasmani yang

Dalam pertumbuhan dan perkembangan siswa, kemampuan fisik harus diperhatikan

Menurut pendapat Mulyono (2001 : 55) kesegaran jasmani dapat dikategorikan menjadi dua

berkaitan kesehatan, 2) Kesegaran yang menjadi tujuan mahasiswa adalah jurusan berkaitan dengan keterampilan. Kesegaran pendidikan kepelatihan olahraga yang jasmani yang berkaitan dengan kesehatan memiliki, beban perkuliahan untuk dapat ditingkatkan dan dipertahankan memerlukan kesegaran jasmani yang prima dengan aktifitas jasmani yang teratur, 70 % perkuliahan adalah Praktek, sedangkan melalui gerak dan olahraga yang terpolah hal masa mahasiswa baru merupakan masa ini dapat tercapai. masa dimana pencapaian pertumbuhan dan

Dalam pelaksanaan perkuliahan, kesegaran perkembangan yang ada pada mahasiswa jasmani sangat berpengaruh terhadap puncak perkembangan.

kemampuan dan kesanggupan mahasiswa Disinilah kesegaran jasmani memiliki dalam melaksanakan perkuliahan Praktek peranan yang penting karena kesegaran lapangan setiap hari dengan baik sebagai jasmani berkenaan langsung dengan derajat mahasiswa dalam meningkatkan kesehatan yang berhubungan dengan pengetahuan akademik dan prestasi respon mental, emosional, dan sosial serta olahraga mahasiswa. bersemangat dan kecerdasan anak, karena perkuliahan bersungguh-sungguh dalam mengikuti berbasis praktek olahraga yang terintegrasi perkuliahan di perguruan tinggi. Untuk dalam pendidikan jasmani sendiri menurut masuk perguruan tinggi dibutuhkan Arma Abdulah (1994: 2) memiliki tujuan kesegaran jasmani karena aktivitas di antara lain : (1) perkembangan kesehatan perguruan tinggi sangat berbeda dengan jasmani dan organ-organ tubuh,(2). masa SMA, termasuk kehidupan akademik Perkembangan mental-emosional,(3).

Perkembangan otot-otot syaraf atau memfokuskan diri pada mata-mata keterampilan jasmani,(4).Perkembangan pelajaran yang masuk Ujian Nasional (UN) sosial,(5). Perkembangan kecerdasan atau dengan oleh karena itu kesegaran siswa intelektual. Melihat peran yang begitu vital terabaikan dengan jadwal yang sangat dan besar yang ditunjukkan oleh kesegaran padat pagi sampai sore siswa disugukan jasmani dalam menumbuhkan kemandirian dengan belajar dan belajar dari rumus satu dan kemajuan bagi mahasiswa maka sudah ke rumus yang lainnya.

menjadi tanggung perguruan tinggi Kurangnya perhatian dari guru akan khususnya jurusan pendidikan kepelatihan kesegaran jasmani siswanya dan tidak olahraga yang mempunyai tujuan untuk adanya pengertian dari orang tua siswa, mencerdaskan generasi penerus bangsa sehingga tidak diketahui status kesegaran sudah seharusnya memperhatikan status jasmani siswa di sekolah. Maka tugas kesegaran jasmani mahasiswa, agar jika perguruan tinggi untuk mengingatkan atau ada mahasiswa yang kurang memiliki melakukan kontrol dan perhatian terhadap kesegaran jasmani segera dapat diupayakan kesegaran jasmani pada mahasiswa, maka sesuai dengan permasalahannya. secara tidak langsung akan berpengaruh

Terbaiknya status kesegaran jasmani terhadap pencapaian tujuan belajar siswa mulai sejak siswa itu masuk pada mengajar secara keseluruhan.

kelas XII yang mana kelas ini sudah Melihat keadaan tersebut , maka sangat dikategorikan kelas Ujian nasional (UN), perlu kajian ilmiah status kesegaran maka program sekolah saat itu mulai jasmani mahasiswa baru terhadap

kesegaran jasmani yang sesuai dengan Kesegaran jasmani sudah umum kondisi kesegaran jasmani yang sesuai dipakai dalam bahasa Indonesia. dengan situasi dan kondisi mahasiswa Terutama banyak digunakan dalam terutama yang masuk jalur SNMPTN dan bidang keolahragaan yang biasa Jalur SEMARAK UNG, khususnya diucapkan dengan istilah physical mahasiswa pendidikan kepelatihan fitness . Beberapa pendapat dari para olahraga tahun ajaran 2011/20012. Dengan ahli mengenai pengertian kesegaran mengetahui status kesegaran jasmani pada jasmani adalah sebagai berikut: Kesegaran mahasiswa maka dosen akan dapat jasmani ditinjau dari segi ilmu faal mengambil langkah yang baik, misalnya (fisiologi) adalah kesanggupan dan dari hasil penilaian ternyata diperoleh rata- kemampuan tubuh melakukan penyesuaian rata Kesegaran Jasmani rendah di jalur terhadap pembebanan fisik yang SNMPTN atau SEMARAK maka dapat diberikan kepadanya (dari kerja diambil langkah perbaikan dalam seleksi yang dilakukan sehari-hari) tanpa masuk. Dan sisi lain Dosen dapat menimbulkan kelelahan yang berlebihan meningkatkan kesegaran jasmani (Moeloek,1984).

mahasiswa, dengan mengintensifkan atau Menurut Gowan (2001), kesegaran menambah kegiatan yang menunjang jasmani adalah kemampuan untuk terhadap peningkatan kesegaran jasmani melaksanakan tugas sehari-hari dengan mahasiswa, misalnya melalui kegiatan giat dan dengan penuh kewaspadaan UKM olahraga. tanpa mengalami kelelahan yang berarti

dan dengan energi yang cukup untuk dan dapat menghadapi keadaan darurat menikmati waktu senggangnya dan bila datang.

menghadapi hal-hal yang darurat Seseorang dikatakan mempunyai yang tak terduga sebelumnya. physiological fitness untuk melakukan Kesegaran jasmani pada hakekatnya suatu kegiatan, bila ia dapat melakukannya berkenaan dengan kemampuan dan dengan tangkas dan dapat pulih (recovery) kesanggupan fisik seseorang untuk kembali dengan cepat dari keadaan yang melaksanakan tugasnya sehari-hari secara timbul sebagai akibat kegiatan tersebut. efisien dan efektif dalam waktu yang relatif Semua kegiatan memerlukan kekuatan otot, lama tanpa menimbulkan kelelahan yang ketangkasan dan daya tahan walaupun tidak berarti dan masih memiliki tenaga sama untuk bermacam-macam kegiatan. cadangan untuk melaksanakan aktivitas Secara singkat physiological fitness ialah lainnya. kemampuan tubuh untuk berfungsi secara

Dari pengertian-pengertian diatas dapat optimal.

diambil simpulan bahwa yang dimaksud Seseorang dikatakan mempunyai dengan kesegaran jasmani adalah psychological fitness untuk melakukan kemampuan untuk dapat melaksanakan suatu kegiatan, bila ia mempunyai sifat-tugasnya sehari-hari dengan semangat sifat mental yang diperlukan, misalnya tanpa rasa lelah yang berlebihan dan kemauan yang besar yang memungkinkan dengan penuh energi melakukan dan mengatasi atau tidak menghiraukan rasa menikmati kegiatan pada waktu luang yang tidak menyenangkan, rasa sakit dan

sebagainya sebagai akibat dari dan menggambarkan derajat sehat berlangsungnya kegiatan tersebut. seseorang untuk berbagai tingkat kegiatan

Menurut Soedjatmo Soemowerdoyo (1984) fisik. Kita mengetahui bahwa untuk dapat kesegaran jasmani (physical fitness) lebih melakukan sesuatu kerja diperlukan kondisi bertitik berat pada physiological fitness: jiwa dan raga yang sepadan dengan tingkat yaitu kemampuan tubuh untuk kerja itu. Bagi seorang karyawan kantor menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya misalnya, diperlukan kerja fisik dan mental dalam batas-batas fisiologis terhadap yang berlainan daripada seorang keadaan lingkungan (ketinggian, pengemudi dan ia akan mempunyai kondisi kelembaban, suhu, dan sebagainya) dan yang berlainan pula dibandingkan pesilat atau kerja fisik dengan cara yang cukup terlatih. Jadi untuk setiap jenis pekerjaan efisien tanpa lelah secara berlebihan, diperlukan kondisi dan sarat faal yang sehingga masih dapat melakukan kegiatan- sepadan sehingga kesegaran jasmani adalah kegiatan lain yang bersifat rekreatf dan derajat sehat yang sesuai dengan beratnya telah mengalami pemulihan yang sempurna tugas fisik yang harus dilakukan seseorang. sebelum datangnya tugas yang sama pada Dengan demikian maka kesegaran jasmani esok harinya. diartikan sebagai tingkatan kesehatan yang

Pada hakekatnya kesegaran jasmani sesuai bagi tubuh untuk melakukan menyangkut kemampuan penyesuaian pekerjaan tertentu. Dengan demikian di tubuh seseorang terhadap perubahan faal dalam kesegaran jasmani didapatkan tiga tubuh yang disebabkan oleh kerja tertentu, unsur yaitu unsur sehat, unsur sesuai bagi



tubuh, dan unsur kerja. Unsur sehat berarti Kesegaran jasmani mempunyai fungsi yang alat-alat tubuh dalam keadaan normal tanpa penting bagi setiap individu dalam ada gangguan seperti sakit demam, cedera menyelesaikan tugas-tugas hidupnya otot dan lain-lain yang mengganggu dengan optimal. Menurut Sudarno SP aktivitas tubuh. (1992: 9) bahwa "Kesegaran jasmani adalah

Menurut Dangsina Moeloek (1984), dari kapasitas fungsional total seseorang untuk segi ilmu faal kesegaran jasmani diartikan melakukan kerja tertentu dengan hasil baik kesanggupan dan kemampuan tubuh untuk atau memuaskan tanpa kelelahan yang melakukan penyesuaian terhadap berarti". Orang yang sehat dan segar pembebanan fisik yang diberikan jasmaninya, selain orang tersebut memiliki kepadanya tanpa menimbulkan kelelahan kemampuan dan kesanggupan untuk yang berlebihan. Dalam bidang olahraga, melakukan tugas-tugasnya dengan baik, untuk mencapai prestasi yang tinggi, juga tidak mengalami kelelahan yang adanya kesegaran jasmani yang tinggi berlebihan setelah melakukan aktivitas, (baik) pada olahragawan merupakan syarat bahkan akan dapat lebih cepat sehat dan mutlak yang tidak boleh diabaikan. Adanya segar kembali bila dibandingkan dengan tingkat kesegaran jasmani yang tinggi akan orang yang tidak sehat dan segar dapat meningkatkan penampilan dan jasmaninya. Dengan demikian kesegaran mengurangi kemungkinan terjadinya jasmani yang dimiliki akan dapat cedera. meningkatkan prestasi Akademik di

perguruan tinggi, maupun dalam olahraga memelihara dan meningkatkan kesegaran prestasi. jasmani, sebab biasanya matakuliah teori

Pada matakuliah yang kira-kira (kelas) pada hakekatnya kurang bergerak memerlukan energi lebih dari 450 karena hanya duduk mendengarkan Kalori/jam, faktor kemampuan fisik pemaparan materi yang disampaikan oleh merupakan hal yang paling dominan dalam Dosen, sehingga mudah terjadi gangguan menentukan prestasi akademik, dan untuk kesehatan akibat hipokinesis ini sangat dibutuhkan tingkat kesegaran tersebut. Setelah difahami hubungan antara jasmani yang cukup tinggi. Sebab tingkat kesegaran jasmani dan prestasi kerja, kesegaran jasmani yang tinggi ini termasuk pula prestasi belajar sebagai merupakan jaminan untuk mampu kerja fisik ringan dengan kerja otak yang melakukan latihan berat dalam waktu yang berat, begitu pula peranan kesegaran lama, tanpa timbul kelelahan yang berarti jasmani dan keadaan sehat dinamis dan timbul gangguan kesehatan. terhadap usaha mempertinggi prestasi

Matakuliah teori yang kira-kira kerja, maka sekarang timbulah masalah memerlukan energi kurang dari 300 pokok baru yang perlu digarap yaitu:

Kalori/jam, disini intensitas pembebanan Kenneth H Cooper (1980) berpendapat fisik tidak berat, akan tetapi mungkin bahwa unsur-unsur daya tahan jantung, membutuhkan kerja otak yang lebih berat. peredaran darah dan pernafasan merupakan Matakuliah teori (kelas) perlu dilakukan hal yang paling penting. Karena itulah suatu program latihan fisik untuk maka pada umumnya melakukan usaha

peningkatan dan pemeliharaan kesegaran latihan kondisi (conditioning program).  
jasmani, akan menggunakan program- Setelah menyelesaikan latihan kondisi  
program aerobik dari Kennethh maka kesegaran jasmani yang sudah  
Cooper. Memang sistem jantung, peredaran meningkat ini perlu dipelihara dengan  
darah dan pernafasan adalah alat utama dan melakukan program pemeliharaan.  
penyalur dari segala unsur yang diperlukan Perlu diingat bahwa pada dasarnya tes  
tubuh. Terutama Oksigen yang berfungsi kesegaran jasmani adalah pemberian beban  
untuk pembakaran pada proses pengolahan kerja. Dengan memeriksa dan memonitor  
zat-zat makanan dalam tubuh, sehingga reaksi denyut jantung terhadap beban kerja  
dapat menghasilkan energi yang ini dapat diketahui besar kecilnya status  
diperlukan. kesegaran jasmani. Karena kegiatan ini  
Bagi mereka yang tergolong segar, maka menyangkut langsung organ jantung yang  
yang perlu dilakukan adalah menjalankan sangat vital maka perlu sekali diadakan  
program latihan pemeliharaan agar tingkat pemeriksaan kesehatan oleh dokter  
kesegaran jasmani juga tetap dapat sebelumnya.  
dipertahankan. Bagi mereka yang tergolong Berdasarkan pada Peraturan Pemerintah  
tidak segar, ini berarti bahwa tingkat Republik Indonesia Nomor 66 Tahun 2010  
kesegaran jasmaninya perlu dinaikkan, tentang Perubahan Atas Peraturan  
yaitu dengan melakukan program latihan Pemerintah Nomor 17 Tahun 2010 tentang  
permulaan (starting program) dan Pengelolaan dan Penyelenggaraan  
kemudian dilanjutkan dengan program Pendidikan dan Peraturan Menteri

Pendidikan Nasional Nomor 34 Tahun 2010 tentang Pola Penerimaan Mahasiswa Baru Program Sarjana pada Perguruan Tinggi yang diselenggarakan oleh Pemerintah, pola penerimaan mahasiswa baru program sarjana pada perguruan tinggi melalui pola seleksi secara nasional dilakukan oleh seluruh perguruan tinggi secara bersama untuk diikuti oleh calon mahasiswa dari seluruh Indonesia.

satu-satunya pola seleksi yang dilaksanakan secara bersama oleh seluruh Perguruan Tinggi Negeri dalam satu sistem yang terpadu dan diselenggarakan secara serentak. SNMPTN 2011 akan dilaksanakan melalui (1) jalur undangan berdasarkan penjarangan prestasi akademik, dan (2) jalur ujian tertulis dan/atau keterampilan.

Sehubungan dengan telah dilaksanakannya serangkaian kegiatan sosialisasi mengenai tata laksana SNMPTN 2011 Jalur Undangan di berbagai daerah di seluruh Indonesia, panitia telah mendapatkan berbagai masukan dari kepala sekolah, guru, siswa, orang tua siswa, dan masyarakat umum, tentang ketentuan dan persyaratan sekolah dan siswa pelamar nasional dalam bentuk Seleksi Nasional SNMPTN 2011 Jalur Undangan Masuk Perguruan Tinggi Negeri sebagaimana tercantum dalam Informasi (SNMPTN). SNMPTN 2011 merupakan Awal.

Jalur Penerimaan Mahasiswa Baru (PMB) Kesegaran jasmani erat kaitnya dengan Lokal adalah seleksi masuk perguruan kegiatan manusia dalam melakukan tinggi Negeri yang dilaksanakan oleh pekerjaan dan geraknya. Kesegaran Universitas bersangkutan untuk menerima jasmani yang dibutuhkan manusia untuk mahasiswa baru, sesuai dengan undang- bergerak dan melakukan pekerjaan bagi undang keterbukaan informasi, maka setiap individu tidak sama, sesuai dengan diwajibkan bagi jurusan/Program studi gerak atau pekerjaan yang dilakukan. yang ada di Universitas tersebut Kesegaran jasmani yang dibutuhkan oleh memberikan kesempatan kepada putra-putri mahasiswa pendidikan kepelatihan terbaik masuk perguruan tinggi, maka Olahraga tidak sama dengan mahasiswa dengan itu universitas negeri Gorontalo Kesehatan masyarakat, berbeda pola membuka peluang untuk bagi calon-calon dengan olahragawan mahasiswa, dan mahasiswa yang belum lulus dalam jalur sebagainya.

Undangan dan jalur SNMPTN untuk bisa Untuk mengetahui dan menilai status mencoba masuk jurusan yang ingin di tingkat kesegaran jasmani mahasiswa dapatambilnya, jalur PMB Lokal ini sistemnya dilakukan dengan melaksanakan sama dengan jalur-jalur yang sudah pengukuran. Pengukuran kesegaran dilaksanakan seperti untuk masuk jurusan jasmani dilakukan dengan tes kesegaran pendidikan kepelatihan olahraga di PMB jasmani, untuk melaksanakan tes Lokal masih diwajibkan untuk melakukan diperlukan adanya alat/instrumen, Tes tes keterampilan. Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI)

merupakan salah satu bentuk Instrumen Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif untuk mengukur tingkat kebugaran jasmani. dengan pendekatan eksperimental. Desain Apakah ada perbandingan tingkat eksperimental yang digunakan adalah kebugaran jasmani mahasiswa baru jurusan *Complete Randomized Factorial Design* 2 Pendidikan Keolahragaan Olahraga pada x 1. Subjek penelitian sebanyak 70 jalur SNMPTN dan PMB Lokal. mahasiswa yang dibagi dalam 2 kelompok Tujuan Penelitian utama dari penelitian ini yang berbeda. Sudjana (2002:109) untuk mengetahui status tingkat kebugaran menjelaskan bahwa eksperimen faktorial jasmani mahasiswa baru, secara rinci adalah eksperimen yang semua (hampir tujuan penelitian ini adalah untuk semua) taraf faktor tertentu dikombinasikan mengetahui status Kebugaran jasmani atau disilangkan dengan semua taraf tiap mahasiswa baru jalur SNMPTN dan PMB faktor lainnya yang ada dalam eksperimen lokal. tersebut.

## **Metode**

Penelitian dilakukan di jurusan pendidikan Tes Kebugaran jasmani pada dasarnya keolahragaan FIKK universitas adalah bagian dari upaya pembinaan, negeri Gorontalo (UNG), adapun yang karena tolok ukur untuk tes yang menjadi anggota populasi dalam penelitian dipergunakan merupakan perangkat lunak ini adalah mahasiswa baru Jurusan pembinaan. Tes kebugaran jasmani Pendidikan Keolahragaan Olahraga angkatan dipergunakan untuk mengetahui kualitas 2010-2011. Sedangkan yang menjadi kebugaran jasmani orang yang di tes. sampel yaitu mahasiswa baru program

penjaringan jalur SNMPTN dan jalur PMB sebelum melakukan tes. Jika tidak Lokalyang mengambil pilihan jurusan melaksanakan satu butir tes atau lebih pendidikan kepelatihan olahraga dengan dinyatakan gagal. Harap seluruh peserta jumlah mahasiswa 70 orang sampel. untuk mengikuti urutan butir tes. Untuk Teknik yang digunakan dalam mencatat hasil tes dapat mempergunakan pengumpulan data adalah teknik tes, yakni formulir yang telah disediakan.

penilai tingkat kesegaran jasmani bagi Teknik Analisis DataUntuk melihat remaja 16-19 tahun dilakukan dengan klasifikasi kesegaran jasmani bagi yang merujuk pada table nilai (untuk menilai telah mengikuti tes adalah dengan cara prestasi dari masing-masing butir tes) dan mencocokkan jumlah nilai dari lima butir table norma (untuk menentukan klasifikasi tes dengan table norma TKJI. Prestasi tingkat kesegaran jasmani). Langkah- setiap butir tes yang dicapai oleh langkah pelaksanaan dilakukan sebagai Mahasiswa yang telah mengikuti tes berikut: Tes ini memerlukan banyak disebut hasil kasar, karena satuan ukuran tenaga, oleh sebab itu peserta harus benar- yang digunakan masing-masing butir tes benar dalam keadaan sehat dan siap untuk tidak sama. Hasil kasar yang merupakan melakukan tes.Diharapkan sudah makan, satuan ukuran yang berbeda-beda diatas, sedikitnya 2 jam sebelum melakukan tes. perlu diganti dengan satuan ukuran yang Disarankan memakai pakaian olahraga dan sama, satuan ukuran pengganti ini adalah bersepatu olahraga. Diharapkan melakukan nilai. Kemudian akan dianalisis.Teknik pemanasan (warning up) lebih dahulu analisis data yang digunakan adalah untuk

melihat hasil perlakuan atau melihat termasuk pada penerimaan mahasiswa baru perbedaan kedua kelompok, dilakukan jalur SNMPTN . Dari data yang diperoleh dengan ANAVA, keputusan diambil menunjukkan skor tertinggi 20 dan skor dengan melihat nilai F hitung yang yang terendah 17. Setelah dilakukan dibandingkan dengan nilai F tabel. Apabila analisis diperoleh nilai rata-rata 17,97 dan nilai F hitung lebih besar dari nilai F tabel nilai standar deviasi 0,954. Nilai Median maka hipotesis penelitian di terima atau 18,17 dan Nilai Modus 17,75. Distribusi hipotesis statistik di tolak, dengan taraf frekuensi data variabel  $X_{1,1}$  ini dapat dilihat signifikansi,  $\alpha$ : 0.5.

untuk melihat mana yang lebih unggul dalam penelitian ini memperoleh hasil digunakan uji ganda dengan uji Tukey. standar rata-rata, dalam arti bahwa pada Semua analisis didasarkan pada persyaratan umumnya mahasiswa yang memilih jalur penelitian yaitu pengujian normalitas dan SNMPTN memiliki kemampuan tes pengujian homogenitas. Untuk uji kesegaran jasmani yang cukup baik. Skor normalitas digunakan uji Lilliefors, data variabel  $X_{2,1}$  dalam penelitian ini sedangkan untuk pengujian homogenitas adalah data yang dijarah saat penerimaan digunakan uji Bartlett (Sudjana:1996:261). mahasiswa baru pada jalur PMB Lokal.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Skor data variabel  $X_{1,1}$  dalam penelitian ini Dari data ini yang diperoleh menunjukkan skor tertinggi 21 dan skor terendah 12. adalah skor data yang dijarah saat tes Setelah dilakukan analisis diperoleh nilai kesegaran jasmani pada mahasiswa yang rata-rata 17,34 dan standar deviasi 1.311.



Nilai median 18,41 dan nilai modus 18,70.  $\alpha = 0.05$ . Dengan demikian maka Distribusi data variabel  $X_{2,1}$  ini dapat dilihat disimpulkan bahwa data hasil penelitian bahwa responden yang menjadi sampel untuk seluruh variabel memiliki varians dalam penelitian ini memperoleh hasil populasi yang homogen.

standar rata-rata, dalam arti bahwa pada Berdasarkan data hasil penelitian yang umumnya mahasiswa yang memilih jalur memiliki varians populasi yang homogen, PMB Lokal memiliki kemampuan tes maka dalam pengujian hipotesis digunakan kesegaran jasmani yang cukup baik. uji kesamaan dua rata-rata melalui uji dua

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur pihak. Untuk keperluan pengujian hipotesis perbandingan antara penerimaan dalam penelitian ini, terlebih dahulu mahasiswa baru melalui jalur SNMPTN dilakukan komparasi antara  $X_{1,1}$  dengan dengan jalur PMB Lokal di Jurusan  $X_{2,1}$ . Hasil pengujian menunjukkan harga Pendidikan Kepelatihan Olahraga terhadap  $t_{hitung}$  sebesar 3,65 Sedangkan dari daftar tingkat kesegaran jasmani mahasiswa baru distribusi diperoleh harga  $t_{daftar}$  3,84. angkatan 2010-2011. Pengujian persyaratan Ternyata harga  $t_{hitung}$  masih berada di dalam analisis yang dilakukan adalah uji daerah penerimaan  $H_0$ . Dengan demikian homogenitas varians populasi. Pengujian dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima dan homogenitas data ini dilakukan terhadap tidak dapat menerima  $H_1$ .

$X_{1,1}$  dan  $X_{2,1}$  ini dilihat bahwa seluruh Dengan demikian dapat disimpulkan hasil harga  $\chi^2_{hitung}$  lebih kecil dari  $\chi^2_{daftar}$  pada pengujian di atas mengandung makna bahwa tidak terdapat perbandingan yang

signifikan antara hasil tes kebugaran Berdasarkan hasil tes kebugaran jasmani mahasiswa baru yang mengikuti pada mahasiswa yang mengikuti jalur penerimaan mahasiswa baru melalui jalur SNMPTN menunjukkan skor tertinggi 20 SNMPTN dengan jalur PMB Lokal. dan skor yang terendah 17. Setelah Proses penerimaan calon mahasiswa baru dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata Jurusan Pendidikan Keolahragaan 17,97 dan nilai standar deviasi 0,945. Nilai Olahragadenganyang melalui jalur PMB Median 18,17 dan Nilai Modus 17,75 Lokal terhadap hasil tes kebugaran jasmani sedangkan hasil tes kebugaran jasmani pada dilakukan dengan langkah-langkah sebagai jalur PMB Lokal menunjukkan skor berikut: tertinggi 21 dan skor terendah 12. Setelah Pada saat pengambilan data mahasiswa dilakukan analisis diperoleh nilai rata-rata diberikan tugas tes kebugaran jasmani 17,34 dan standar deviasi 1.311. Nilai secara perorangan yang meliputi tes median 18,41 dan nilai modus 18,70. Hal antropometrik, gantung siku, lari 100 ini menunjukkan bahwa responden yang meter, lari 1500 meter, loncat tegak serta menjadi sampel dalam penelitian ini tes kesehatan. Sebagai catatan seluruh item memperoleh skor standar rata-rata, dalam tes harus dilaksanakan. Hasil tes kebugaran arti bahwa pada umumnya mahasiswa jasmani di evaluasi dan dihitung secara memiliki kemampuan kebugaran jasmani keseluruhan sesuai norma yang telah yang cukup baik.

ditentukan. Untuk pengujian homogenitas data antara hasil penelitian pada jalur SNMPTN

dan PMB Lokal seluruh variabel memiliki mahasiswa baru jalur SNMPTN dan PMB varians populasi yang homogen. Untuk Lokal tidak terdapat perbandingan yang keperluan pengujian hipotesis dalam signifikan antara ke dua jalur ini. Sehingga penelitian ini, terlebih dahulu dilakukan antara dua jalur seleksi penerimaan komparasi antara ke dua jalur ini. Hasil mahasiswa baru ini ke duanya efektif dan pengujian menunjukkan harga  $t_{hitung}$  sebesar tepat digunakan.

3,65 Sedangkan dari daftar distribusi **Simpulan dan Saran**

diperoleh harga  $t_{daftar}$  3,84. Ternyata harga Berdasarkan hasil analisis data dan  $t_{hitung}$  telah berada di dalam daerah pembahasan hasil penelitian, dapat diambil penerimaan hipotesis dan data tersebut kesimpulan bahwa status kesegaran memiliki varians populasi yang homogen. jasmani calon mahasiswa baru yang Hasil akhir komparasi uji statistik uji T memilih jurusan pendidikan Kepelatihan menunjukkan antara  $X_{1.1}$  dengan  $X_{2.1}$  hasil Olahraga, baik yang melalui jalur pengujian menunjukkan harga  $t_{hitung}$  sebesar SNMPTN dan PMB Lokal tidak terdapat 2,04 Sedangkan dari daftar distribusi perbandingan yang signifikan antara kedua diperoleh harga  $t_{daftar}$  2,66. Ternyata harga jalur tersebut, sehingga antara dua jalur  $t_{hitung}$  masih berada di dalam daerah seleksi penerimaan mahasiswa baru ini penerimaan  $H_0$ . Dengan demikian dapat keduanya efektif dan tepat digunakan untuk disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima dan tidak penerimaan calon mahasiswa yang akan dapat menerima  $H_1$ . Maka dapat datang dengan tetap mengacu kepada aturan disimpulkan bahwa seleksi penerimaan tes TKJI yang sudah ada. Saran selain tes

TKJI calon mahasiswa baru yang masuk jurusan pendidikan kepelatihan olahraga harus juga melihat faktor antropometri yang terutama adalah berat badan dan Tinggi badan untuk mengetahui Ideks Massa Tubuh (IMT). Selain itu untuk alat ukur item tes benar-benar dalam posisi dan ukuran yang standars yang telah di syatinkan oleh buku panduan tes TKJI itu sendiri

### Daftar Pustaka

AbdulahArma, 1994. *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Dirjendikti.

Depdiknas,2003. Tes Kesegaran Jasmani Indonesia : untuk anak Umur 16-19 tahun. Jakarta Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani

Gowan,2001,  
<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/21605/5/capter> I pdf akses 11 desember 2011

Kenneth H Cooper 1980,  
<http://www.scribd.com/doc/73347616/dokumen-a> akses 11 Desember 2011

Lutan, Rusli.2004,*Perencanaan dan strategi pembelajaran Penjaskes*. Depdikbud. Jakarta.

Lutan,R. & Suherman,A.  
2000,*Perencanaan Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah, bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara DIII.

Mulyono Biyakto Atmojo. 2001. *Pengukuran dan Evaluasi Olahraga*. Surakarta: Depdikbud UNS

Moeloek Dangsina.1984,*Kesehatan Olahraga*,Jakarta, FK.UI Jakarta

Sudarno SP.1992. *Pendidikan Kesehatan Jasmani*. Jakarta. Depdikbud

Sudjana.1996. *Desain dan analisis Experimen*, Bandung. Trasito

SMPTN.<http://kedokteran.unsoed.ac.id/content/info-seleksi-nasional->

masuk-perguruan-tinggi-  
negeri-snmptn-2011

Sugiyanto dan Kristiyanto A. 2000*Belajar  
Gerak II*, Surakarta.UNS Press

Soedjatmo Soemowerdoyo. Internet,  
*eprints.uny.ac.id.*, akses  
11 Desember 2011

Undang-undang RI Nomor 14 tahun 2005  
tentang Guru dan Dosen,  
Jakarta. Fokusmedia